

DEBELOST SKRAJŠUJE ŽIVLJENJSKO DOBO

Pes, človekov prijatelj v dobrem in slabem, žal ni ubežal tej bolezni sodobne družbe

Po eni od raziskav, ki so jih izvedli ameriški veterinarji, je skoraj četrtnina psov predebelih. Znano je, da so vitki psi (kot ljudje) bolj zdravi, njihova življenjska doba pa je daljša. Najpomembnejši razlog za debelost je prevelik vnos kalorij in hkrati premalo gibanja. Žival nemalokrat pade v začaran krog, saj se zaradi debelosti težje in manj navdušeno giblje. Celo mlade živali tako opuščajo igro z vrstniki in raje poležavajo, pri tem pa žal pokurijo premalo kalorij. Veliko vlogo seveda igra tudi genetika. Nekatere živali enostavneje izgubljajo odvečno težo in lažje ohranjajo vitkost kot druge, ki se hitreje zredijo in počasneje hujšajo. Upoštevati pa je potrebno tudi okvarjeno delovanje nekaterih žlez z notranjim izločanjem, ki v kombinaciji s kortikosteroidi povzročajo pridobivanje telesne teže.

Nekatere kastrirane / sterilizirane živali so bolj podvržene neželenemu pridobivanju telesne teže kot druge, zato je pri njih še posebej potrebno popaziti na režim prehranjevanja in pravočasno ukrepati, še preden nastane nepopravljiva škoda na gibalnem aparatu in notranjih organih.

Debelost, ki jo moramo obravnavati prav tako resno kot pri človeku, žal odpira vrata mnogim drugim boleznim in težavam, pred katerimi ne smemo zatiskati oči: oteženo dihanje, večje tveganje za srčna in pljučna obolenja, velika obremenitev za pse z artritisom, vzrok za boleznijeter, visok krvni tlak, zaprtje, slabša odpornost proti visokim temperaturam, povečano tveganje pri anesteziji, nižja pričakovana življenjska doba, nižja telesna odpornost in večje tveganje za pojav tumorjev. Vse naštetje je več kot zadosten razlog, da se prehrani in telesni aktivnosti svojih ljubljencev resno posvetimo še posebej, če so predebeli.

Priznati je treba, da pes (večinoma) ne odpira omar in hladilnika samostojno, temveč vso hrano dobi od svojega človeka. Ta je tudi odgovoren za izbiro uravnotežene prehrane, ki ne sme vsebovati kaloričnih priboljškov, slaščic, piškotov. Vse, kar pes zaužije, vključno s celokupno količino nujnih priboljškov, se sešteva! Namesto kaloričnih priboljškov, ki jih kupimo v trgovinah, lahko dajemo koščke pustega mesa, korenje ali drugo zelenjavo, košček jabolka, ...

Homeopatija ponuja nekaj pripravkov, ki olajšajo dosledno upoštevanje dietnega režima in zmanjšujejo prosjačenje lačnega psa. V trajanju šest mesecev dajemo psu poleg dietnih obrokov še naslednje pripravke : Antimonium crudum 5 CH: pet granul 20 minut pred obrokom; Graphites 7 CH: 5 granul zjutraj; matična tinktura Fucus vesiculosus (mehurjasta haloga): 10 kapljic zjutraj v vodo za pitje ali neposredno v gobec. Ob vsem naštetem je priporočljiva uporaba pripravka za drenažo jeter, ki ga različni proizvajalci imenujejo različno, pomembno pa je, da se odmerja v odvisnosti od teže živali od 10 do 60 kapljice enkrat dnevno v trajanju tri tedne, potem pa vsakotedensko v razdobju enega leta. Za dodatno podporo pri zmanjševanju prevelike telesne teže dajemo živali še t.i. konstitucijsko zdravilo, ki ga določi veterinar – homeopat in sicer pridejo v poštev Sulphur 9 CH, Calacarea Carbonica 9 CH ali Calcareo phosphorica 9 CH. Za kastrirane / sterilizirane živali pride v poštev pri preveliki telesni teži Thuya occidentalis 9 CH enkrat tedensko.

Konstitucija se določa glede na obliko oziroma zgradbo telesa in glede na delovanje organizma. Večinoma na konstitucijo vplivajo dedni faktorji. Obstojajo štiri različne konstitucije, pri čemer so nekateri psi tudi t.i. mešane konstitucije. Od ugotovitev homeopata je nato odvisno, kateri pripravek pritiče posameznemu psu in nanj tudi uspešno deluje. Pri sestavi jedilnika za redukcijo telesne teže je poleg velikosti potrebno v prvi vrsti upoštevati, kako dejaven je pes. Glede na to moramo prilagoditi kalorično vrednost. Majhnim psom z normalno težo zadostujeta dva obroka po 250 kalorij, srednji psi naj bi dobili dvakrat po 500 kalorij, veliki psi pa dvakrat po 1000 kalorij. Če želimo psa shujšati, mu moramo količino hrane zmanjševati postopoma in sicer vsaka dva tedna za desetino. Težo redno

kontroliramo med obiskom pri veterinarju, s katerim se tudi posvetujemo o poteku hujšanja. Pomembno je, da psu zmanjšujemo obroke postopoma in počasi, saj – enako kot pri človeku – tudi pri psu drastično zmanjšanje količine hrane spremeni presnovo in oteži hujšanje.

V nadaljevanju ponujamo primer doma pripravljenega obroka za redukcijo telesne teže:

4 skodelice kuhane zelenjave (korenje, bučke, grah, stročji fižol,..), 2 skodelici ovsenih ali pšeničnih otrobov, 2 skodelici ovsenih kosmičev, 1 skodelica skute, 1 skodelica mesa (puran, piščanec, pusta govedina, srce, jetra ali pusta svinjina), 1 zvrhana žlica mletih jajčnih lupin, 1 čajna žlička sončničnega olja, 3 jušne žlice pivskega kvasa. Zelenjavo skuhamo v nekaj skodelicah vode, ko je mehka, dodamo otrobe in kosmiče, pokrijemo in pustimo približno deset minut, da se kosmiči zmehčajo. Nato dodamo ostale sestavine, prevremo in ohladimo. Mešanici po potrebi po nasvetu veterinarja dodamo vitamine, s katerimi podpremo psa na dieti. Namesto ovsenih kosmičev in otrobov lahko skuhamo rjavi riž. Dovolj vlaknin in malo maščob bo nasitilo psa in preprečilo prosjačenje.

Če skrbnik opaža, da zmanjšani obroki psu povzročajo stres, ga je potrebno dodatno zaposliti z učenjem trikov, igro in sprehodi, zelo priporočljiva pa je tudi uporaba dotikov po metodi TTouch Linde Tellington.

Vsak začetek je težak, še posebej to velja za hujšanje. Ob doslednosti in vztrajnosti skrbnika se prvi uspehi pokažejo zelo hitro, nadaljevanje pa je bistveno lažje, saj razbremenjen pes kaže večjo voljo do gibanja in tako do porabe več kalorij kot v (debeli) preteklosti.

Mojca Sajovic